

సర్వం శివ మయం జగత్  
ఈ సమస్త విశ్వం ఆ ఆదిదేవుని రూపాన్ని నింపుకున్నది

సమస్త ప్రాణికోటి ఆ దేవుని ఆజ్ఞానుసారం నడుచుకో వలసిందే

శివాజ్ఞ లేనిదే చీమైనా కుట్టదంటారు  
అత్యంత విషపూరితమైన అలానే తాను మింగి సమస్త జీవులకు ఆనందాన్ని అమృతాన్ని ప్రసాదించిన  
మహా త్యాగి ఆయన సృష్టి వ్యర్థాలతో నిండిపోయి కాకుండా లయకారకుడైన మహా యోగి ఆయన  
ప్రపంచమంతా నిండి ఉన్నది శివతత్వమే

శివలింగ రూపమే ప్రకృతి పురుష సమాగమం అదే అర్థనారీశ్వర తత్వం



కాసిన్ని నీటితో అభిషేకించిన ఒక చిన్న బిల్వ పత్రాన్ని తనకు సమర్పిస్తే చాలు ఆ బోలా శంకరుడు  
ఉప్పొంగిపోయి మనకు కావలసిన ఇహలోక సంపదలను ప్రసాదిస్తాడు

ఈ ప్రపంచం అందులో జీవుడు అన్ని ఆయన ఆదే ఆటలే అన్ని ఆయన లీలలే ఎన్నని చెప్పగలం ఎంతని  
చెప్పగలం

ఆ దేవుని మనసారా రక్షించుకోవడానికి అర్పించుకోవడానికి ఒక వ్రతమును ఇక్కడ ఈ పుస్తకంలో  
ఇస్తున్నాను

సంవత్సరంలోని ఏదైనా 16 వారాలపాటు ఈ వ్రతాన్ని చేసిన వారు ఎటువంటి కష్టాన్నైనా

సులభంగా గట్టెక్కగలరు

దీనిని షోడశ సోమ వార వ్రతం అంటారు.

## షోడశ (16) సోమవారాల వ్రతవిధానం

పూజకు సూచనలు :

ఆషాఢ మాసపు శుక్లపక్షం నుంచి కార్తిక మాసంలోని శుక్లపక్షం వరకు వచ్చే పదహారు సోమవారాలూ ఈ వ్రతాన్ని ఆచరిస్తే మంచిది. ఈ వ్రతమును కుల మత లింగ భేదములు లేకుండా ఎవరైనా ఆచరించవచ్చు ముఖ్యముగా కన్యలు ముత్తైదువలు ఈ వ్రతాన్ని ఆచరించినచో శీఘ్రముగా ఫలప్రాప్తి సిద్ధిస్తుంది.



పూజా సామగ్రి:

అర్చన కోసం వెండి గణపతి

- కలశం
- శివ లింగం
- పరిమళ ద్రవ్యాలు
- ఫలతాంబూలాలు
- వాయనం
- దానంకోసం రెండు కొబ్బరి కాయలు, దక్షిణ, తాంబూలం, ఫలపుష్పాలు, ఆకులు, వక్కలు, ఇత్యాదులు.
- నైవేద్యం కోసం గోధుమల పిండి, బెల్లము, అరటిపళ్ళు మొదలైనవి - ఇతర పూజసామగ్రి.

శ్రీ గణేశాయ నమః

శుక్లాం బరధరం విష్ణుం శశివర్ణం చతుర్భుజం  
ప్రసన్న వదనం ధ్యాయేత్ సర్వ విఘ్నోప శాంతయే

1. ఓం కేశవాయ స్వాహా
  2. ఓం నారాయణాయ స్వాహా
  3. ఓం మాధవాయ స్వాహా
  4. ఓం గోవిందాయ నమః
  5. ఓం విష్ణవే నమః
  6. ఓం మధుసూదనాయ నమః
  7. ఓం త్రివిక్రమాయ నమః
  8. ఓం వామనాయ నమః
  9. ఓం శ్రీధరాయ నమః
  10. ఓం హృషీ కేశాయ నమః
  11. ఓం పద్మనాభాయ నమః
  12. ఓం దామోదరాయ నమః
  13. ఓం సంకర్షణాయ నమః
  14. ఓం వాసుదేవాయ నమః
  15. ఓం ప్రద్యుమ్నాయ నమః
  16. ఓం పురుషోత్తమాయ నమః
  17. ఓం నార సింహాయ నమః
  18. ఓం జనార్ధనాయ నమః
  19. ఓం ఉపేంద్రాయ నమః
  20. ఓం హరయే నమః
  21. ఓం శ్రీ కృష్ణాయ నమః
  22. ఇష్ట దేవతాభ్యో నమః
  23. కులదేవతాభ్యో నమః
  24. సర్వేభ్యో దేవతాభ్యో నమః
- నిర్విఘ్నమస్తు ||



సంకల్పము

:

శుభే శోభనే ముహూర్తే ఆద్య బ్రహ్మణః ద్వితీయ పరార్థే శ్వేత వరాహ కల్పే వైవస్వత మన్వంతరే కలియుగే ప్రథమ పాదే జంబూ ద్వీపే భరత వర్షే , భరత ఖండే, దండకారణ్యే, గోదావర్యాః, దక్షిణ తీరే, శాలివాహన శకే, బౌద్ధావతారే, శ్రీరమక్షేత్రే చాంద్రమానేన, సమస్త దేవతా బ్రాహ్మణ హరి హర సన్నిధౌ అస్మిన్ వర్తమానే వ్యావహారిక చాంద్ర మానేన ..... సంవత్సరే , (ఇక్కడ తెలుగు సంవత్సరము ను అంటే పూజ చేయునపుడు ఏ సంవత్సరము జరుగు చున్నదో ఆ సంవత్సరము యొక్క పేరు చెప్పు కొనవలెను ) , ..... ఆయనే, (సంవత్సరమునకు రెండు ఆయనములు - ఉత్తరాయణము, దక్షిణాయనము. జనవరి 15 మకర సంక్రమణం మొదలు జూలై 14 కర్కాటక సంక్రమణం వరకు ఉత్తరాయణము, జూలై 15 కర్కాటక సంక్రమణం నుండి మరల జనవరి 14 పెద్ద పండుగ అనగా మకర సంక్రమణం వరకు దక్షిణాయనం పూజ చేయునపుడు ఏ ఆయనము జరుగుచున్నదో దానిని చెప్పవలెను ) ఋతు : (వసంత , గ్రీష్మ , వర్ష మొ || ఋతువులలో పూజ సమయములో జరుగుచున్న ఋతువు పేరు ) .....మాసే , ( చైత్ర, వైశాఖ మొ || పన్నెండు మాసములలో పూజ సమయములో జరుగుచున్న మాసం పేరు ) ..... పక్షే , (నెలకు రెండు పక్షములు పౌర్ణమికి ముందు శుక్ల పక్షము , అమావస్యకు ముందు కృష్ణ పక్షములు వీటిలో పూజ జరుగుచున్న సమయమున గల పక్షము పేరు ) ..... తిధౌ , (ఆ రోజు తిది ) ..... వాసరే (ఆ రోజు ఏ వారమైనదీ చెప్పుకొని ) శుభ నక్షత్రే , శుభయోగే , శుభ కరణే ఏవంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభ తిధౌ మమ చతుర్విధ పురుషార్థ సిద్ధయే ఉపాత్త సమస్త దురిత క్షయ ద్వారా శ్రీ పరమేశ్వర ముద్దిశ్య శ్రీ పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం పురుషులైనచో శ్రీమాన్ ..... గోత్రశ్య ..... నామధేయః , శ్రీమత్యః , గోత్రస్య , నామ దేయస్య అనియు , స్త్రీలైనచో శ్రీమతి , గోత్రవతి , నామదేయవతి, శ్రీ మత్యాః , గోత్ర వత్యాః నామదేవ వత్యాః అనియు (పూజ చేయువారి గోత్రము , నామము చెప్పి ) నామ దేయశ్యః ధర్మపత్నీ సమేతస్య (పురుషులైనచో ) మమ సహ కుటుంబస్య, క్షేమ స్థైర్య వీర్య విజయ అభయ ఆయురారోగ్య విశ్వరూపి వృద్ధ్యర్థం సకల విధ మనో వాంచా ఫల సిద్ధ్యర్థం, సంభ వద్వి రుపచారై : సంభవతాని యమేన సంభవతా ప్రకారేణ యావచ్చక్తి (నాకు తోచిన రీతిలో , నాకు తోచిన నియమములతో , నాకు తోచిన విధముగా , భక్తి శ్రద్ధలతో సమర్పించు కొంటున్న పూజ ) ధ్యానావాహనాది షోడశోపచార పూజాం కరిష్యే ||

పిదప కలశారాధనము చేయవలెను .

వక్రతుండ ! మహాకాయ ! కోటిసూర్య సమప్రభ

నిర్విఘ్నం కురుమేదేవ సర్వకార్యేషు సర్వదా ||

శ్రీ మహాగణపతయే నమః ధ్యాయామి - ఆవాహయామి ఆసనం - పాద్యం - ఆచమనీయం - స్నానం - వస్త్రం - గంధం - ధూపం - దీపం - నైవేద్యం - ఇత్యాది షోడశోపచార పూజాం సమర్పయామి ||

కలశ పూజ :

పూజకోసం సిద్ధ పరచుకొన్న కలశపాత్రలో నీరు, గరిక, బిల్వ పత్రం, దుంపపసుపును వేసి, దానిపై కుడుచేతి నుంచి ప్రార్థించవలెను.

గంగైచ యమునేచైవ కృష్ణే, గోదావరి, సరస్వతి,  
నర్మదా సింధు కావేరి జలేస్మిన్ సన్నిధం కురు ||  
కలశదేవతాభ్యో నమః పూజార్థే అక్షతాన్ సమర్పయామి ||

( కలశానికి గంధం, అక్షింతలు, అర్పించవలెను)

. అని పిదప కాసిని అక్షతలు, పసుపు, గణపతిపై వేసి, ఆయనను తాకి నమస్కరించి ప్రాణ ప్రతిష్ఠాపన చేయవలెను. ప్రాణ ప్రతిష్ఠ అనగా శ్రీ మహా గణాది పతయే నమః ప్రాణ ప్రతిష్ఠాపన ముహూర్త స్సముహూర్తోస్తూ తదాస్తు. తరువాత ఇలా చదువుతూ స్వామికి నమస్కరించ వలెను.

గంట వాయిస్తూ

ఆగమార్థంతు దేవానాం గమనార్థం తు రక్షా సాం  
కురు ఘంటారవం తత్ర దేవతాహ్వన లాంచనమ్ ||

పిదప షోడశోపచార పూజ చేయవలెను.

ఆవాహనం : ఆసనం : అర్ఘ్యం : పాద్యం : ఆచమనీయం : మధుపర్కం : పంచామృత స్నానం : శుద్ధోదక స్నానం : వస్త్రయుగ్మం : యజ్ఞోపవీతం : గంధం : ఆభరణం : అక్షతలు : పుష్ప సమర్పణ : అధాంగ పూజ :





ఓం శివాయ గురవే నమః |

ఓం త్ర్యంబకం యజామహే సుగంధిం పుష్టి వర్ధనం |  
ఉర్వారుకమివ బంధనాన్స్తోత్యర్కుక్షీయ మామృతాత్ ||

ఓం పశుపతయే నమః | అస్మిన్ లింగే శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినమావాహయామి స్థాపయామి | తతః  
ప్రాణ ప్రతిష్ఠాపనం కరిష్యే ||

అస్య శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామి దేవతా ప్రాణ ప్రతిష్ఠాపన మహామంత్రస్య బ్రహ్మ ఋషిః | శ్రీ  
ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామి దేవతా | అనుష్టుప్ చందః | మమ శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర దేవతా ప్రాణ  
ప్రతిష్ఠాపనసిద్ధ్యర్థే జపే వినియోగః ||



ఓం ప్రోం శివాయ సర్వజ్ఞాయ — అంగుష్ఠాభ్యాం నమః |  
 ఓం హ్రీం శివాయ సర్వతృప్తాయ — తర్జనీభ్యాం నమః |  
 ఓం ప్రహం శివాయ నిత్యమలుప్తశక్తయే — మధ్యమాభ్యాం నమః |  
 ఓం హ్రైం శివాయ సర్వజ్ఞానశక్తయే — అనామికాభ్యాం నమః |  
 ఓం ప్రశౌం శివాయ నిత్యానందశక్తయే — కనిష్ఠికాభ్యాం నమః |  
 ఓం ప్రాః శివాయ అనంతశక్తిశివాయ — కరతల కరపృష్ఠాభ్యాం నమః |

ఓం ప్రోం శివాయ సర్వజ్ఞాయ — హృదయాయ నమః |  
 ఓం హ్రీం శివాయ సర్వతృప్తాయ — శిరసే స్వాహా |  
 ఓం ప్రహం శివాయ నిత్యమలుప్తశక్తయే — శిఖాయై వషట్ |  
 ఓం హ్రైం శివాయ సర్వజ్ఞానశక్తయే — కవచాయ హుం |  
 ఓం ప్రశౌం శివాయ నిత్యానందశక్తయే — నేత్రత్రయాయ వౌషట్ |  
 ఓం ప్రాః శివాయ అనంతశక్తిశివాయ — అస్త్రియ షట్ |

భూర్భువస్సువరోమితి దిగ్బంధః |

ధ్యానం —

కర్పూర గౌరం కరుణావతారం సంసారసారం భుజగేంద్ర హారం |  
 సదా రమంతం హృదయారవిందే భవం భవానీ సహితం నమామి ||

వందే మహేశం సురసిద్ధసేవితం, దేవాంగనా గీత సునృత్య తుష్టం |  
 పర్యంకగం శైలసుతాసమేతం కల్పద్రుమారణ్యగతం ప్రసన్నమ్ |

ధ్యాయేన్నిత్యం మహేశం రజతగిరినిభం చారు చంద్రావతం సం |  
 రత్నకల్పో జ్వలాంగం పరశు వర మృగాభీతి హస్తం ప్రసన్నమ్ |

పద్మాసీనం సమంతాత్ స్తుతమమరగజైర్వాఘ్రకృత్తిం వసానం |  
 విశ్వాద్యం విశ్వవంద్యం నిఖిల భయహరం పంచవక్త్రం త్రినేత్రం |

ఓం ఆం హ్రీం క్రోం, యం రం లం వం శం షం సం హం శం క్షం హంసః శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామి దేవతా  
 సర్వేంద్రియాణి వాఙ్మనశ్చక్షు శ్రోత్ర జిహ్వ ప్రాణ రేతో బుద్ధ్యాదీని సుఖం చిరం తిష్ఠంతు స్వాహా |

ఓం అసునీతే పునరస్మాసు చక్షుః  
 పునః ప్రాణ మిహనో ధేహి భోగం  
 జ్యోక్ష్మశ్చేమ సూర్య ముచ్చరన్త

మను మతే మృడయాన స్వస్తి —

అమృతంవై ప్రాణా అమృతమాపః

ప్రాణానేవ యథాస్థాన ముపహ్వయతే ||

స్థిరో భవ | వరదో భవ | సుముఖో భవ |

సుప్రసన్నో భవ | స్థిరాసనం కురు |

స్వామిన్ సర్వ జగన్నాథ యావత్పూజావసానకమ్ |

తావత్త్వం ప్రీతి భావేన లింగేఽస్మిన్ సన్నిధిం కురు |

త్వంబకమితి స్థాపన ముద్రాం దర్శయిత్వా |

ఓం త్వంబకం యజామహే సుగంధిం పుష్టి వర్ధనం |

ఉర్వారుకమివ బంధనాన్స్తోత్యోర్ముక్షీయ మామృతాత్ ||

ధ్యానం —

కైలాసే కమనీయ రత్న ఖచితే కల్పద్రుమూలే స్థితం |

కర్పూర స్ఫటికేందు సుందర తనుం కాత్యాయనీ సేవితం |

గంగోత్తంగ తరంగ రంజిత జటా భారం కృపాసాగరం |

కంఠాలంకృత శేషభూషణమహం మృత్యుంజయం భావయే |

ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః ధ్యాయామి |

ఆవాహనం — (ఓం సద్యోజాతం ప్రపద్యామి)

ఓంకారాయ నమస్తుభ్యం ఓంకారప్రియ శంకర |

ఆవాహనం గృహాణేదం పార్వతీప్రియ వల్లభ ||

ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః ఆవాహయామి |

ఆసనం — (ఓం సద్యోజాతాయవై నమో నమః)

నమస్తే గిరిజానాథ కైలాసగిరి మందిర |

సింహాసనం మయా దత్తం స్వీకురుష్వ ఉమాపతే |

శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః నవరత్న ఖచిత హేమ సింహాసనం సమర్పయామి |

పాద్యం — (ఓం భవే భవేన)

మహాదేవ జగన్నాథ భక్తానామభయప్రద |



పాద్యం గృహాణ దేవేశ మమ సౌఖ్యం వివర్ధయ ||

శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః పాదయోః పాద్యం సమర్పయామి |

అర్ఘ్యం — (ఓం అతి భవే భవస్వమాం)

శివాప్రియ నమస్తేస్తు పావనం జలపూరితం |

అర్ఘ్యం గృహాణ భగవన్ గాంగేయ కలశస్థితం |

శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః హస్తయోః అర్ఘ్యం సమర్పయామి |

ఆచమనం — (ఓం భవోద్భవాయ నమః)

వామోదేవ సురాధీశ వందితాంఘ్రి సరోరుహ |

గృహాణాచమనం దేవ కరుణా వరుణాలయ ||

శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః ముఖే ఆచమనీయం సమర్పయామి |

మధుపర్కం |

యమాంతకాయ ఉగ్రాయ భీమాయ చ నమో నమః |

మధుపర్కం ప్రదాస్యామి గృహాణ త్వముమాపతే |

శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః మధుపర్కం సమర్పయామి |

పంచామృతస్నానం —

క్షీరం —

ఆప్యాయస్వ సమేతు తే విశ్వతస్సోమ వృష్టియమ్ |

భవా వాజస్య సంగథే ||

ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః క్షీరేణ స్నపయామి |

దధి —

దధిక్రావ్ణో అకారిషం జిష్ణోరశ్వస్య వాజినః |

సురభి నో ముఖా కరత్ప్రాణ ఆయూగ్ంషి తారిషత్ ||

ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః దధ్నా స్నపయామి |

ఆజ్యం —

శుక్రమసి జ్యోతిరసి తేజోసి దేవోవస్సవితోత్పనా-

త్వచ్చిద్రేణ పవిత్రేణ వసోస్సూర్యస్య రశ్మిభిః |

ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః ఆజ్యేన స్నపయామి |

మధు —

మధువాతా ఋతాయతే మధుక్షరన్తి సింధవః |  
 మాభ్యర్షః సన్తౌషధీః |  
 మధునక్తముతోషసి మధుమత్పార్థివగ్ం రజః |  
 మధుద్యౌరస్తు నః పితా |  
 మధుమాన్షో వనస్పతిర్మధుమాగ్ం అస్తు సూర్యః |  
 మాభ్యర్గావో భవంతు నః |  
 ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః మధునా స్నపయామి |

శర్కరా —

స్వాదుః పవస్వ దివ్యాయ జన్తనే |  
 స్వాదులింద్రాయ సుహవీతు నామ్నే |  
 స్వాదుర్జిత్రాయ వరుణాయ వాయవే |  
 బృహస్పతయే మధుమాం అదాభ్యః |  
 ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః శర్కరేణ స్నపయామి |

ఫలోదకం —

యాః ఫలినీర్యా అఫలా అపుష్పాయాశ్చ పుష్పిణీః |  
 బృహస్పతి ప్రసూతాస్తానో మున్తన్తగ్ం హసః ||  
 ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః ఫలోదకేన స్నపయామి |

శుద్ధోదక స్నానం — (ఓం వామదేవాయ నమః)

ఓంకార ప్రీత మనసే నమో బ్రహ్మర్షితాంఘ్రయే |  
 స్నానం స్వీకురు దేవేశ మయానీతం నదీ జలం |  
 [ నమశ్శంభవే చ మయోభవేచ నమశ్శంకరాయ చ  
 మయస్కరాయ చ నమశ్శివాయ చ శివతరాయ చ || ]  
 ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః శుద్ధోదక స్నానం సమర్పయామి |  
 స్నానానంతరం ఆచమనీయం సమర్పయామి |

వస్త్రం — (ఓం జ్యేష్ఠాయ నమః)

నమో నాగవిభూషాయ నారదాది స్తుతాయ చ |  
 వస్త్రయుగ్ం ప్రదాస్వామి పార్థివేశ్వర స్వీకురు |  
 ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః వస్త్రయుగ్ం సమర్పయామి |  
 (వస్త్రార్థం అక్షతాన్ సమర్పయామి)

యజ్ఞోపవీతం — (ఓం శ్రేష్ఠాయ నమః)

యజ్ఞేశ యజ్ఞవిధ్వంస సర్వదేవ నమస్కృత |

యజ్ఞసూత్రం ప్రదాస్యామి శోభనం చోత్తరీయకమ్ |

ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః యజ్ఞోపవీతం సమర్పయామి |

(ఉపవీతార్థం అక్షతాన్ సమర్పయామి)

ఆభరణం — (ఓం రుద్రాయ నమః)

నాగాభరణ విశ్వేశ చంద్రార్థకృతమస్తక |

పార్థివేశ్వర మద్భ్రతం గృహాణాభరణం విభో |

ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః ఆభరణం సమర్పయామి |

గంధం — (ఓం కాలాయ నమః)

శ్రీ గంధం తే ప్రయచ్ఛామి గృహాణ పరమేశ్వర |

కస్తూరి కుంకుమోపేతం శివాశ్లిష్ట భుజద్వయ |

ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః శ్రీగంధాది పరిమళ ద్రవ్యం సమర్పయామి |

అక్షతాన్ — (ఓం కలవికరణాయ నమః)

అక్షతాన్ ధవళాన్ దివ్యాన్ శాలి తుండుల మిశ్రితాన్ |

అక్షతోసి స్వభావేన స్వీకురుష్వ మహేశ్వర |

ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః ధవళాక్షతాన్ సమర్పయామి |

పుష్పం — (ఓం బల వికరణాయ నమః)

సుగంధీని సుపుష్పాణి జాజీబిల్వార్క చంపకైః |

నిర్మితం పుష్పమాలంచ నీలకంఠ గృహాణ భో ||

ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వర స్వామినే నమః పుష్ప బిల్వదళాని సమర్పయామి |





### అథాంగ పూజా

- ఓం మహేశ్వరాయ నమః — పాదౌ పూజయామి |
- ఓం ఈశ్వరాయ నమః — జంఘౌ పూజయామి |
- ఓం కామరూపాయ నమః — జానునీ పూజయామి |
- ఓం హరాయ నమః — ఊరూ పూజయామి |
- ఓం త్రిపురాంతకాయ నమః — గుహ్యం పూజయామి |
- ఓం భవాయ నమః — కటిం పూజయామి |
- ఓం వ్యాఘ్రచర్మాంబరధరాయ నమః — నాభిం పూజయామి |
- ఓం కుక్షిస్థ బ్రహ్మాండాయ నమః — ఉదరం పూజయామి |
- ఓం గౌరీ మనః ప్రియాయ నమః — హృదయం పూజయామి |
- ఓం పినాకినే నమః — హస్తౌ పూజయామి |
- ఓం నాగావృతభుజదండాయ నమః — భుజౌ పూజయామి |
- ఓం శ్రీకంఠాయ నమః — కంఠం పూజయామి |
- ఓం విరూపాక్షాయ నమః — ముఖం పూజయామి |
- ఓం త్రినేత్రాయ నమః — నేత్రాణి పూజయామి |
- ఓం రుద్రాయ నమః — లలాటం పూజయామి |
- ఓం శర్వాయ నమః — శిరః పూజయామి |
- ఓం చంద్రమౌళయే నమః — మౌళం పూజయామి |
- ఓం అర్ధనారీశ్వరాయ నమః — తనుం పూజయామి |
- ఓం శ్రీ ఉమాపార్థివేశ్వరాయ నమః — సర్వాణ్యంగాని పూజయామి |

## అష్టోత్తర శతనామావళి

ఓం శివాయ నమః

ఓం మహేశ్వరాయ నమః

ఓం శంభవే నమః

ఓం పినాకినే నమః

ఓం శశిశేఖరాయ నమః

ఓం వామదేవాయ నమః

ఓం విరూపాక్షాయ నమః

ఓం కపర్దినే నమః

ఓం నీలలోహితాయ నమః

ఓం శంకరాయ నమః ||10||

ఓం శూలపానిణే నమః

ఓం ఖడ్వాంగినే నమః

ఓం విష్ణువల్లభాయ నమః

ఓం శిపివిష్ణాయ నమః

ఓం అంభికానాథాయ నమః

ఓం శ్రీకంఠాయ నమః

ఓం భాక్తవత్సలాయ నమః

ఓం భవాయ నమః

ఓం శర్వాయ నమః

ఓం త్రిలోకేశాయ నమః ||20||

ఓం శితికంఠాయ నమః

ఓం శివాప్రియాయ నమః

ఓం ఉగ్రాయ నమః

ఓం కపాలినే నమః

ఓం కామాలినే నమః

ఓం అంధకాసుర సూదనాయ నమః

ఓం గంగాధరాయ నమః

ఓం లలాటాక్షాయ నమః

ఓం కాలకాలాయ నమః ||30||

ఓం కృపానిధయే నమః

ఓం నమః శివాయ



వేద గ్రంథాలయం

PDF books



9666122140





ఓం భీమాయ నమః  
 ఓం పరశుహస్తాయ నమః  
 ఓం ఘృగపానిణే నమః  
 ఓం జటాధరాయ నమః  
 ఓం కైలాసవాసినే నమః  
 ఓం కవచినే నమః  
 ఓం కఠోరాయ నమః  
 ఓం త్రిపురాంతకాయ నమః  
 ఓం వృషాంకాయ నమః  
 ఓం వృషభారూడాయ నమః  
 ఓం భస్మాద్భాత విగ్రహాయ నమః  
 ఓం సామప్రియాయ నమః  
 ఓం సర్వమయాయ నమః  
 ఓం త్రయీమూర్తయే నమః  
 ఓం అనీశ్వరాయ నమః  
 ఓం సర్వజ్ఞాయ నమః  
 ఓం పరమాత్మాయ నమః  
 ఓం సోమ సుర్యాగ్నిలోచనాయ నమః  
 ఓం హవిషే నమః  
 ఓం యజ్ఞామయాయ నమః ||50||  
 ఓం సోమాయ నమః  
 ఓం పంచవక్తాయ నమః  
 ఓం సదాశివాయ నమః  
 ఓం విశ్వేశ్వరాయ నమః  
 ఓం వీరభద్రాయ నమః  
 ఓం గణనాథాయ నమః  
 ఓం ప్రజాపతయే నమః  
 ఓం హిరణ్య రేతాయ నమః  
 ఓం దుర్ధర్షాయ నమః ||60||  
 ఓం గిరిశాయ నమః  
 ఓం గిరీశాయ నమః  
 ఓం అనఘాయ నమః  
 ఓం భుజంగ భూషణాయ నమః





ఓం భర్గాయ నమః  
 ఓం గిరిద్వనినే నమః  
 ఓం గిరిప్రియాయ నమః  
 ఓం కృత్తి వాసాయ నమః  
 ఓం పురారాతయే నమః  
 ఓం భగవతే నమః  
 ఓం ప్రమథాదిపాయ నమః ||70||  
 ఓం మృత్యుంజయాయ నమః  
 ఓం సుక్షతనవే నమః  
 ఓం జగద్వాపినే నమః  
 ఓం జగద్గురవే నమః  
 ఓం వ్యోమవేశాయ నమః  
 ఓం మహాసేన జనకాయ నమః  
 ఓం చారువిక్రమాయ నమః  
 ఓం రుద్రాయ నమః  
 ఓం భూతపతయే నమః  
 ఓం స్థాణవే నమః ||80||  
 ఓం అహిర్భుద్ధాయ నమః  
 ఓం దిగంబరాయ నమః  
 ఓం అష్టమూర్తయే నమః  
 ఓం అనేకాత్మాయ నమః  
 ఓం సాత్త్వికాయ నమః  
 ఓం శుద్ధవిగ్రహాయ నమః  
 ఓం శాశ్వతాయ నమః  
 ఓం ఖండపరశవే నమః  
 ఓం అజాయ నమః  
 ఓం పాశ విమోచకాయ నమః ||90||  
 ఓం మృడాయ నమః  
 ఓం పశుపతయే నమః  
 ఓం దేవాయ నమః  
 ఓం మహాదేవాయ నమః  
 ఓం అవ్యయాయ నమః  
 ఓం హరియే నమః



ఓం పూషదంతభేత్రే నమః

ఓం అవ్యగ్రాయ నమః

ఓం దక్షాధ్వర హరాయ నమః

ఓం హరాయ నమః ||100||

ఓం భగనేత్రభిదే నమః

ఓం అవ్యక్తాయ నమః

ఓం సహస్రాక్షాయ నమః

ఓం సహస్రపాదవే నమః

ఓం అపవర్గ ప్రదాయ నమః

ఓం అనంతాయ నమః

ఓం తారకాయ నమః

ఓం పరమేశ్వరాయ నమః ||108||



అథ శివాష్టోత్తర శతనామ పూజాం సమర్పయామి.





## శ్రీ లలితా అష్టోత్తర శతనామావళి



ఓం రజతాచ లశ్యంగార్గ మధ్యస్థాయై నమః  
 ఓం హిమాచలమహా వంశ పావనాయై నమః  
 ఓం శంకరార్ద్రాంగ సౌందర్య శరీరా యై నమః  
 ఓం లసన్తరకత స్వచ్ఛ విగ్రహాయై నమః  
 ఓం మహాతిశయ సౌందర్య లావణ్యాయై నమః  
 ఓం వజ్రమాణిక్య కటక కిరీటాయై నమః  
 ఓం కస్తూరీ తిలకోల్లాసిత నిటలా యై నమః  
 ఓం భస్మరే ఖాంకి తలసన్తస్తకాయై నమః || 10 ||  
 ఓం విక చాంభోరు హదళలోచ నాయై నమః  
 ఓం శరచ్చాంపేయ పుష్పాభ నాసికాయై నమః  
 ఓం లసత్కాంచన తాటంక యుగళాయై నమః  
 ఓం మణి దర్పణ సంకాశ కపోలా యై నమః

ఓం తాంబూల పూరిత స్నేర వదనాయై నమః  
 ఓం సుపక్వదాడి మీజీ జరద నాయై నమః  
 ఓం కంబు పూగ సమచ్ఛాయ నమః  
 ఓం స్థూలముక్తా ఫలోదార సుహారాయై నమః  
 ఓం గిరీ శబద్ధ మాంగళ్య మంగళాయై నమః  
 ఓం పద్మ పాశాంకుళ లసత్క రాబ్జాయై నమః || 20 ||  
 ఓం పద్మ కైరవ మందార సుమాలిన్యై నమః  
 ఓం సువర్ణ కుంభ యుగ్మాభ సుకుచాయై నమః  
 ఓం రమణీయచ తుర్బాహు సంయుక్తాయై నమః  
 ఓం కనకాంగద కేయూర భూషితాయై నమః  
 ఓం బృహత్సౌవర్ణ సౌందర్య వసనాయై నమః  
 ఓం బృహన్నితంబ విలసజ్ఞ ఘనాయై నమః  
 ఓం సౌభాగ్య జాత శృంగార మధ్య మాయై నమః  
 ఓం దివ్యభూషణ సందోహరాజితాయై నమః  
 ఓం పారిజాత గుణాధ కృపదాబ్జాయై నమః  
 ఓం సుపద్మ రాగ సంకాశ చరణాయై నమః || 30 ||  
 ఓం కామకోటి మహాపద్మ పిఠ స్థాయై నమః  
 ఓం శ్రీ కంఠ నేత్ర కుముద చంద్రి కాయై నమః  
 ఓం సచామర రమావాణీ వీజితాయై నమః  
 ఓం భక్త రక్షణ దాక్షిణ్య కటాక్షాయై నమః  
 ఓం భూతే శాలింగ నోద్భూత పులకాంగ్యై నమః  
 ఓం అనంగ జన కాపాంగ వీక్షణాయై నమః  
 ఓం బ్రహ్మ పేంద్ర శిరోరత్న రంజితాయై నమః  
 ఓం శచీ ముఖ్యామర వధూ సేవితాయై నమః  
 ఓం లీలాకల్పిత బ్రహ్మాండ మండలాయై నమః  
 ఓం అమృతాది మహాశక్తీ సంవృతాయై నమః || 40 ||  
 ఓం ఏకాత పత్ర సౌమ్రాజ్య దాయికాయై నమః  
 ఓం సనకాది సమారాధ్య పాదుకాయై నమః  
 ఓం దేవర్ష భిః స్తూయమాన వైభవాయై నమః  
 ఓం కలశోద్భవదుర్వాస పూజితాయై నమః  
 ఓం మత్తే భవక్తరు షడ్వక్తరు వత్స లాయై నమః  
 ఓం చక్రరాజ మహాయంత్ర మధ్యవర్త్యై నమః  
 ఓం చిదగ్నికుండ సంభూతాయై నమః

ఓం శశాంక ఖండ సంయుక్త మకుటాయై నమః  
 ఓం మత్త హంసవధూ మందగ మనాయై నమః  
 ఓం వందారుజన సందోహ వందితాయై నమః || 50 ||  
 ఓం అంతర్ముఖజనానంద సంయుక్తాయై నమః  
 ఓం పతివ్రతాంగ నాభీష్ఠ ఫలదాయై నమః  
 ఓం అవ్యాజ కరుణా పూర పూరితాయై నమః  
 ఓం నితాంత సచ్చిదానంద సంయుక్తాయై నమః  
 ఓం సహస్ర సూర్య సంయుక్త ప్రకాశాయై నమః  
 ఓం రత్న చింతామణి గృహ మధ్య స్థాయై నమః  
 ఓం హానివృద్ధ గుణాధ కృర హితాయై నమః  
 ఓం మహాపద్మాటవీ మధ్యభాగ స్థాయై నమః  
 ఓం జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తి నాం సౌక్షి భూత్యై నమః  
 ఓం మహాపాపాఘ్న పాపానాం వినాశిన్యై నమః || 60 ||  
 ఓం దుష్ట భీతి మహాభీతి భంజనాయై నమః  
 ఓం సమస్త దేవద నుజ ప్రేరకాయై నమః  
 ఓం సమస్త హృదయాంభోజ నిలయాయై నమః  
 ఓం అనాహత మహాపద్మ మంది రాయై నమః  
 ఓం సహస్రార సరోజాత వాసితాయై నమః  
 ఓం పునరా వృత్తి రహిత పుర స్థాయై నమః  
 ఓం వాణీ గాయత్రీ సావిత్రీ సన్నతాయై నమః  
 ఓం రమాభూమి సుతారాధ్య పదాబ్జాయై నమః  
 ఓం లోపాముద్రార్చిత నమః  
 ఓం సహస్ర రతి సౌందర్య శరీరాయై నమః || 70 ||  
 ఓం భావనామాత్ర సంతుష్ట హృదయాయై నమః  
 ఓం సత్య సంపూర్ణ విజ్ఞాన సిద్ధదాయై నమః  
 ఓం త్రిలోచన కృతోల్లాస ఫలదాయై నమః  
 ఓం శ్రీ సుధాబ్జ మణి ద్వీపమధ్యగాయై నమః  
 ఓం దక్షాధ్వర వినిర్భేద సాధనాయై నమః  
 ఓం శ్రీనాథ సోదరీ భూత శోభితాయై నమః  
 ఓం చంద్రశేఖర భక్తార్తి భంజనాయై నమః  
 ఓం సర్వోపాధ వనిర్ముక్త చైతన్యాయై నమః  
 ఓం నామ పారాయణాభీష్ఠ ఫలదాయై నమః  
 ఓం సృష్టి స్థితి తిరోధాన సంకల్పాయై నమః || 80 ||

ఓం శ్రీ షోడ శాక్షరి మంత్ర మధ్య గా యై నమః  
 ఓం అనా ద్యంత స్వయంభూత దివ్యమూర్త్యై నమః  
 ఓం భక్త హంస పరి ముఖ్య వియోగా యై నమః  
 ఓం మాతృ మండల సంయుక్త లలితా యై నమః  
 ఓం భండ దైత్య మహాసత్త్వనాశనా యై నమః  
 ఓం క్రూరభండ శిరచ్ఛేద నిపుణా యై నమః  
 ఓం ధాత్యచ్యుత సురాధీశ సుఖదా యై నమః  
 ఓం చండ ముండ నిశుంభాది ఖండనా యై నమః  
 ఓం రక్తాక్ష రక్త జిహ్వేది శిక్షణా యై నమః  
 ఓం మహిషా సుర దోర్నిర్య నిగ్రహ యై నమః || 90 ||  
 ఓం అభ్రకేశ మహాత్మాహకారణా యై నమః  
 ఓం మహేశ యుక్త నటన తత్సరా యై నమః  
 ఓం నిజ భర్త్య ముఖాంభోజ చింత నా యై నమః  
 ఓం వృషభధ్వజ విజ్ఞానభావనా యై నమః  
 ఓం జన్మ మృత్యుజరారోగ భంజన యై నమః  
 ఓం విదే హ ముక్తి జ్ఞాన సిద్ధదా యై నమః  
 ఓం కామ క్రోధాది షడ్వర్గ నాశనా యై నమః  
 ఓం రాజరాజాల్చిత పద సారోజా యై నమః  
 ఓం సర్వ వేదాంత సంసిద్ధ సుత త్త్వా యై నమః  
 ఓం వీర భక్త విజ్ఞాన నిధానా యై నమః || 100 ||  
 ఓం ఆశే ష దుష్ట దనుజసూదనా యై నమః  
 ఓం సాక్షాచ్ఛ్రీ దక్షిణా మూరి మనోజ్ఞా యై నమః  
 ఓం హయమేధాగ్ర సంపూజ్య మహిమా యై నమః  
 ఓం దక్ష ప్రజా పతి సుతావే షాడ్యా యై నమః  
 ఓం సుమబాణేక్షు కోదండమండితాయై నమః  
 ఓం నిత్య యౌవన మాంగల్య మంగళా యై నమః  
 ఓం మహాదేవ సమాయుక్త శరీరా యై నమః  
 ఓం మహాదేవరత్నాత్మకమహాదేవ్యై నమః || 108 ||

శ్రీ లలితా ష్టో త్తర శతనామావళి సంపూర్ణమ్





వనస్పతి రసో ధూతో గందాద్యో ధూప ఉత్తపః  
ఆప్తేయ స్సర్వ దేవానాం ధూపోయం ప్రతి గృహ్యతామ్  
|| దూపమాపూపయామి ||

(అగరువత్తుల దూపమును చూపవలెను.)

సాజ్యం త్రివర్తి సంయుక్తం వహ్నినా ద్యోతితం మయా  
దీపం గృహాణ దేవేశ త్రైలోక్య తిమిరాపహమ్  
|| దీపం దర్శయామి ||

(3 - 5 - 9 వత్తులున్న దీపమును దేవునికి చూపవలెను).

శర్కరాఖండ భాద్యాని దధిక్షీర ఘృతానిచ  
ఆహారం భక్ష్య భోజ్యాదీన్ నైవేద్యం ప్రతిగృహ్యతామ్ ||

|| శ్రీ సదాశివాయ నమః నైవేద్యం సమర్పయామి ||

మహానైవేద్యం చేయవలెను.

ఓం ప్రాణాపాన వ్యానోదాన సమానేభ్యః స్వాహా  
బ్రాహ్మణే స్వాహా ||

నైవేద్యానంతరం పానీయం సమర్పయామి ||

దేవుని ముందు ఒక ఉద్ధరిణితో నీరు వేయవలెను.

ఉత్తరాపోశనం | హస్త ప్రక్షాళనం |

ముఖ ప్రక్షాళనాదీన్ సమర్పయామి ||

(అక్షంతలు నీటిని వదలవలెను)

పూగీ ఫల సమాయుక్తం నాగవల్లీ దళైర్యుతం

కర్పూర చూర్ణ సంయుక్తం తాంబూలం ప్రదిగ్రహ్యతామ్ ||

|| తాంబూలం సమర్పయామి ||

తాంబూలమును సమర్పించవలెను.

హిరణ్యగర్భ గర్భస్థం హేమ బీజం విభావసో :

అనంత పుణ్య ఫలదం అతః శాంతిం ప్రయచ్ఛ మే ||

|| సువర్ణ పుష్పదక్షిణాం సమర్పయామి ||

ఇదం ఫలం మయా దేవ స్థాపితం పురత స్తవ

తేన మే సర్వజ్యేతీంషి ఆర్తిక్యం ప్రతిగృహ్యతామ్ ||

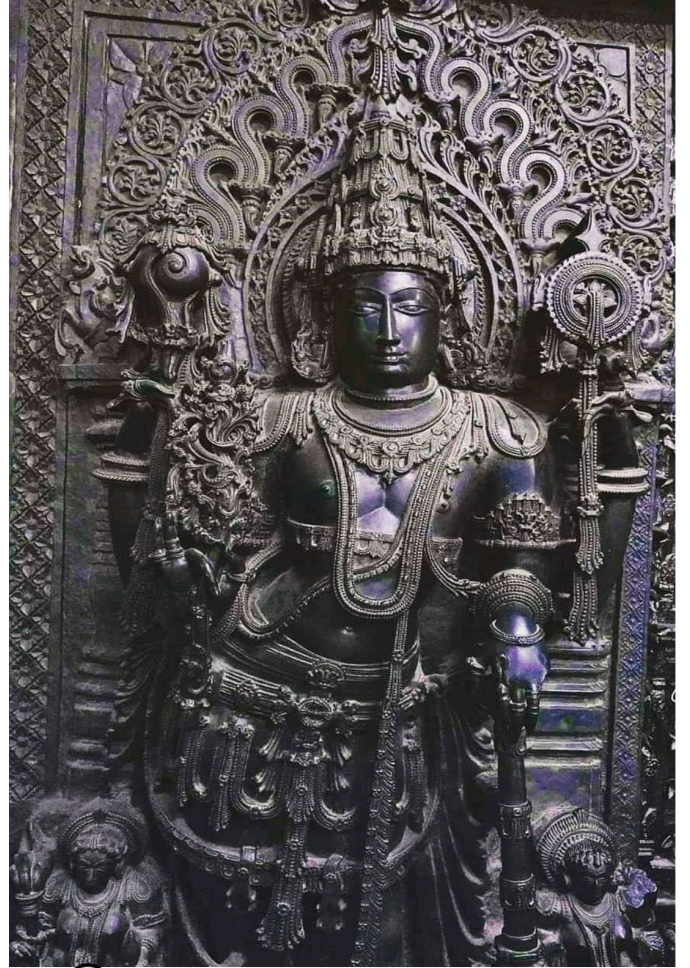
|| మాహానీరాజనం సమర్పయామి ||

(మహామంగళ హారతిని సమర్పించవలెను)

కర్పూర గౌరం కరుణావతారం

సంసార తారం భుజగేంద్ర హారం

ఓం నమో నారాయణాయ



వేద గ్రంథాలయం

PDF books

9666122140

సదా వ సంతం హృదయార విందే

సదాశివం దేవవరం నమామి

కర్పూర నీరాజనం సమర్పయామి

(కర్పూర హారతిని చూపవలెను)

ఏతత్ తే లింగ రూపం తు భక్త్యా సం పూజితం మయా

సర్వపాపం వ్యపోహ్యశు పుష్పం స్వీకురు శంకర

|| మంత్ర పుష్పం సమర్పయామి ||

(పుష్పములను అక్షంతలను దేవునిపై ఉంచవలెను)

యానికానిచ పాపాని జన్మాంతర కృతానిచ

తాని తాని ప్రణశ్యంతి ప్రదక్షిణ పదే పదే

|| ప్రదక్షిణ నమస్కారాన్ సమర్పయామి ||

( 3 - 6 - 9 ప్రక్షిణ నమస్కారములు చేయవలెను.)

చత్ర - చామర - గీత - నృత్య - వ్యజన - - వాద్యాందోలికాది సమస్త రాజోపచారాన్ సమర్పయామి ||

(పుష్పములను అక్షంతలను సమర్పించవలెను.)

ఆవాహనం న జానామి పూజనం చ విసర్జనం

సర్వా పరాధాన్ మే దేవ క్షమ్యతాం పార్వతీ ప్రియ !

|| ప్రార్థనాం సమర్పయామి ||

(చేతులు జోడించి క్షమాపణ కోరుకొనవలయును).

అర్ఘ్య ప్రదానమ్

కలశోదకాన్ని ఉద్ధరిణితో తీసి అర్ఘ్యపాత్రలో పోస్తూ ఈ క్రింది విధముగా పలుకవలెను.

ఓంకార పూర్వకం దేవ మయా భక్త్యా సమర్పితం

పార్వతీ ప్రియ దేవేశ గృహాణార్ఘ్యం నమోస్తుతే ||

|| సదాశివాయ నమః ప్రథమార్ఘ్య సమర్పయామి ||

(అర్ఘ్య మివ్వవలెను)

జన్మ జన్మార్జితం పాపం పాపం బుద్ధ్యార్జితం మయా |

తత్సర్వం క్షమ్యతాం దేవ గృహాణార్ఘ్యం నమోస్తుతే ||

|| ద్వితీయార్ఘ్యం సమర్పయామి ||

(అర్ఘ్య మియ్యవలెను)

మృగనాభి సమాయుక్తం కదలీ సంభవాన్వితం

గృహాణ పార్వతీనాథ మద్దత్తార్ఘ్యం నమోస్తుతే ||

(తృతీయార్ఘ్యం సమర్పయామి)

(ఈ విధముగా మూడు మార్లు అర్ఘ్యం వదలి, పుష్పములను, అక్షంతలను అర్పించి, చేతితో కలశములోని నీరు తీసికొని సమర్పించవలెను.)

యస్య స్మృత్యా చ నమోక్త్యా తపః పూజాక్రియాది షు  
న్యూనం సంపూర్ణతాం యాతి సద్యో వందే తమచ్యుతమ్ ||  
మంత్రహీనం క్రియాహీనం భక్తిహీనం జగత్పతే  
యత్యతం తు మాయాదేవ పరిపూర్ణం తదస్తు మే ||  
అంటూ చెప్పవలెను.

అనేన షోడశ సోమవార వ్రతాంగ కృత షోడశోపచార పూజానేన భగవాన్ శ్రీ సదాశివః ప్రీయతామ్ ||  
(అర్ఘ్య పాత్రలోనికి నీరు వదలవలెను)  
|| పరమేశ్వర ప్రసాద సిద్ధిరస్తు ||  
(దేవునిమీది పుష్పమును తలలో పెట్టుకొనవలెను.)

వాయన దానము

పెద్దవారికి ( చేతలో ఆకు, వక్కా, పండ్లు గాజులు, వస్త్రం మొ||) వాయనము ఇవ్వవలెను.  
ఏవంగుణ విశేష విశిష్టాయాం శుభ తిథౌ మయాకృత పూజాఫలావాప్త్యర్థం బ్రాహ్మణాయ వాయన దానం  
కరిష్యే ||

ద్విజ వ్రాత్య దాస్యామి వ్రత సంపూర్తి హేతవే |  
భవంతః ప్రది గృహ్లాంతు జ్యోతి రూపా స్త పాధనాః ||  
ఇదం వాయన దానం దక్షిణాయుక్తం సతాంబూలం  
బ్రహ్మణాయ తుభ్యం సంప్రదదే న మమ న మమ ||  
శ్రీ శివః ప్రతి గృహ్లాతి శివో వై ప్రద దాతి చ |  
శివః స్యాత్ తారకో భాభ్యాం సదాశివ నమోస్తుతే ||  
అనేన వాయన దానేన భగవాన్ సదాశివః ప్రీయతామ్ ||  
(బ్రాహ్మణుని తలపై అక్షంతలు వేసి, వాయనము ఆకుతో మూసి ఇవ్వవలెను)

అథ ఉత్తర పూజాం కరిష్యే

సదాశివాయ నమః || సకల రాజోపచార భక్త్యుపచార  
శక్త్యుపచార పూజాం సమర్పయామి ||  
ఈ విధముగా చెబుతూ కర్పూర హారతి ఇవ్వవలెను. అనేక ఉత్తర పూజనేన భగవాన్ సదాశివః ప్రీయతామ్  
||





### ఉద్వాసనమ్

యాంతు దేవగణాః సర్వే పూజా మదాయ పార్థివీం

ఇష్ట కామ్యార్థ సిద్ధ్యర్థం పునరాగమనాయ చ ||

అవాహిత సదాశివాయ నమః |

(మంగళ హారతి ఇచ్చి, శివలింగాన్ని కొంచెం కదపవలెను.)

(పదహారు సోమవారాల వ్రత పూజా విధానం సమాప్తమ్)

## సోమవారవ్రత కథ

శ్రీ గురుభ్యోనమః

మృత్యుంజయాయ రుద్రాయ నీలకంఠాయ శంభవే అమృతేశాయ శర్వాయ మహాదేవాయ తే నమః ||

నైమిశారణ్యముములో జ్ఞాన యజ్ఞ నిరతులైన శౌనకాది మహర్షులు సూతునకు నమస్కరించి ' ఓ మహర్షి ! మీరు మాకు అనేక సత్కథలు చెప్పితిరి. ఏ వ్రతమును ఆచరించుట వలన శ్రీఘ్రముగా ఫలప్రాప్తి కలుగునో అటువంటి ఉత్తమోత్తమైన వ్రతము నొకదాన్ని మాకు ఉపదేశింపు' డని ప్రార్థించిరి. అంతట సూతుడు " ,మహాత్ములైన మహర్షులారా! కొంత కాలము క్రితము పార్వతీ దేవి పరమేశ్వరుని ఇదే ప్రశ్నవేయగా శివుడు ఆమెకొక రహస్యం చెప్పాడు. ఆ రహస్యమునే నేను మీకు చెబుతాను" అని ఇట్లు ప్రారంభించెను. ఒక రోజు కైలాశములో దివ్య రత్న ఖచిత సింహాసనంపై కూర్చొనియున్న పరమేశ్వరుని పార్వతి ఏకాంతంలో ఇట్లా ప్రశ్నించింది. దివ్యమైన ముఖారవిందము పై మందహాసం, చేతులలో వారము అభయపు ముద్రలు పులి చర్మమును ధరించిన భగవంతుడైన సదాశివుని ఆమె అడిగిన ప్రశ్న ఏమంటే - " స్వామీ! నేను మీవడా అనేక శాస్త్రములను ఆగమ విద్యలను నేర్చుకున్నాను. సర్వకాల సర్వావస్థలలోను అల్పప్రయాసతో మహాత్తరమైన ఫలమును ప్రసాదించు వ్రతము నొకటి నాకు ఉపదేశించుడు" అది విని మందహాసముతో సదాశివుడు " ప్రియా! నీ ప్రశ్న ఉచితముగాను, లోకోపకారిగాను ఉన్నది. లోకహితము కోరిన నీకు ఒక శ్రేష్ఠమైన వ్రతమును చెప్పెదను" అంటూ ఇలా చెప్పసాగాడు. నక్షత్రములలో సూర్యుడు, గ్రహములలో చంద్రుడూ నదులన్నింటిలో గంగానది, ఇంద్రియములలో మనస్సు ఏవిధముగా శ్రేష్ఠమైనదో, వ్రతములన్నింటిలో ఈ సోమవార వ్రతము శ్రేష్ఠమైనది. ఈ వ్రతమునకు " షోడశ సోమవారవ్రతం" అని పేరు. దీని మహిమలను వర్ణించుట అసాధ్యము. భక్తి పూర్వకముగా దీనిని ఆచరించువారు ఏదేది కోరుకొందురో దానిని వారు శీఘ్రముగా పొందుతారు. దరిద్రులు ధనవంతులు అవుతారు. కన్నీయలు యోగ్యులైన వరులను పొందుతారు. ముత్తైదువలు అఖండ సౌభాగ్యమును పొందుతారు. రోగులకు సంపూర్ణారోగ్యము కలుగును, ఎడబాసిన భార్యాభర్తలు ఒకరినొకరు చేరుకొందురు. ఈవిధముగా ఇది పరమ

మహిమాన్వితమైన వ్రతము. "అంతట పార్వతి" స్వామీ! దయచేసి ఈ వ్రతమును ఆచరించు విధానమును అనుగ్రహింపుడు" అని ప్రార్థించెను.

అందుకు పరమేశ్వరుడు ఇలా అన్నాడు. "ప్రియా! ఇది భక్తి పూర్వకముగా ఆచరించవలసిన వ్రతము. ఈ వ్రతము నాచరించుటకు ఆషాఢ మాసపు పౌర్ణమి నుండి కార్తిక మాసపు పౌర్ణమి వరకు వచ్చు నాలుగు నెలలు (చతుర్మాసములు) ప్రాశస్త్యమైనవి. ఆ రోజులలో వచ్చు పదహారు సోమవారములలో ఈ వ్రతమును స్త్రీలు, ముత్తైదువలు ఆచరించవలెను. సోమవారమునాడు ఉపవాసం ఉండాలి. (ప్రసాదం స్వీకరించుటలో

తప్పులేదు.) ప్రాతః కాలముననే స్నానాది నిత్యకర్మలను ముగించుకొనవలెను. పుట్టమన్నతో శివలింగము తయారు చేసుకొనవలెను. వెండి ఇత్తడి వంటి శ్రేష్ఠమైన లోహములతో చేసిన లింగమును కూడా ఉపయోగించవచ్చును.

బిల్వపత్రములు, పుష్పములు, దూపదీపాదులను, సిద్ధము చేసికొనవలెను. నైవేద్యము కొరకు (గోధుమ నూకను వేపి ముద్దచేసి, దానికి కావలసినంత నెయ్యి, బెల్లము కలిపి, ఉండలను చేయవలెను) ఈ వ్రతము కావలసిన ప్రసాద మీదే. ప్రసాదమును శివునకు నైవేద్యము పెట్టి, దానిని మూడు భాగములుగా చేయవలెను. భక్తుల కొకటి, పశువులకొకటి, ఈ వ్రతమును ఆచరించువారికి మూడవది పంచవలెను. ఆ రోజు ఉప్పు తినరాదు. ఇదే విధముగా అపదహారు సోమవారాలు శ్రద్ధా భక్తులతో ఆచరించవలెను. పదహేడవ సోమవారమున ఉద్యాపన చెయ్యవలెను. పదహారు సోమవారములందును, పూజించిన మట్టి లింగములను పదహేడవ సోమవారమునాడు జలము నందు వదిలివేయవలెను. ఆ రోజున రూజా, బ్రాహ్మణులకు అన్నాదానము యథాశక్తి చేయవలెను.

ఈ విధముగా వ్రత విధానమును పరమేశ్వరుడు పార్వతికి ఉపదేశించెను. అది విని పార్వతి "స్వామీ! ఈ వ్రత విధానము చెప్పి అనుగ్రహించితిరి. దీని ఎవరెవరు ఆచరించి ఎటువంటి ఫలములను పొందగలిగిరో వివరముగా తెలుపవలెను" అని ప్రార్థించెను. అంత శివుడు వ్రత పూజాఫలమును చెప్ప నారంభించెను. " పార్వతీ! చాలా కాలం క్రితం ఈ వ్రతమును ఆచరించుట వలన నీవే నన్ను భర్తగా పొందితివి. గిరిజా కళ్యాణ సంఘటన ఇంకను నాకు జ్ఞాపకము ఉన్నది. నీను నీకు పతికావలెను అను ఉద్దేశముతో నీవు ఘోరారణ్యములో తీవ్రమైన తపస్సు చేసితివి. అప్పుడు దేవతలు, సప్తఋషులు నావద్దకు వచ్చి ప్రభూ! నిన్నే నమ్మి తపస్సు చేయుచున్న హైమవతిని అనుగ్రహించ రాదా? ఆలస్యమెందులకు?" అని ప్రార్థించిరి. నేను బ్రహ్మచారి రూపంలో వచ్చి నిన్ను పరీక్షించితిని. నిన్ను సంబోధిస్తూ శివునకున్న అవలక్షణములన్నింటిని వర్ణిస్తూ "శివుడు విరూపి, అపవిత్రుడు. మొరటు వ్యక్తిని అతని నీవు వేరెవరిని నైనను వివాహ మాడరాదా?" అని పరిహసించితిని. అంతట నీకు పట్టరాని కోపం వచ్చెను. కోపంలో కన్నులు ఎర్రబడి "శివనింద మహాపాపం; శివుడు లేనిచో నేను బ్రతుకలేను; వేరొకరిని కన్నెత్తి కూడా చూడను" అన్న నీ దృఢ నిశ్చయాన్ని ఖచ్చితంగా తెలిపితివి. అప్పుడు నేను నా నిజస్వరూపంతో నీముందు ప్రత్యక్షమయ్యాను. నీవు పదహారు సోమవారాల వ్రతమాచరించుటచే నీ కోరిక తీరినది. గిరిజా కళ్యాణం అతి వైభవముగా దేవఋషుల గంధర్వుల సమ్ముఖంలో జరిగినది. ఈ విధముగా వ్రతాచరణ వలన నేను నీకు పతినైతిని" అన్నాడు పరమేశ్వరుడు.

అంతట పార్వతి కూడా సంతుష్టురాలై "స్వామి! వ్రాత మహిమ తెలిసినది. నావలె వేరెవరు ఈ వ్రతము నాచరించి పుణ్య ఫలమును పొందిరో చెప్పవలె" నని ప్రార్థించెను. సదాశివుడు ఇతర సంఘటనలను చెప్ప నారంభించెను. చాలా కాలం క్రితం భరతఖండములో పుణ్యాత్ముడైన చిత్రవర్మ అనే రాజుండెను. ఆయనకు పుత్రులు అనేకులు ఉండిరి. పుత్రిక కొరకు పార్వతిని ప్రార్థించగా ఆడపిల్ల జన్మించెను. సర్వగుణ సంపన్నురాలైన ఆ శిశువునకు పద్మాల్లవ సంవత్సరమున వైధవ్యము ఖచ్చితముగా ప్రాప్తించును. అని జ్యోతిషులు తెలిపిరి. అంతట రాజు దుఃఖితుడయ్యెను. శోకంతో పీడింపబడుతున్న రాజునకు జ్యోతిషులు



దీనికిపరిహారంతెలిపిరి.

రాజకుమార్తె అయిన సీమంతిని పూర్ణచంద్రుని వలె పెరుగుచుండును. యుక్త వయస్సు వచ్చిన తరువాత ఆమెను రాజకుమారుడైన చంద్రాంగదున కిచ్చి చిత్రవర్మ వివాహం చేసెను. ఇల్లరికము వచ్చిన అల్లునితో రాజుకు కాలము సంతోషముగా గడుచుచుండెను. ఇట్లుండగా ఒక రోజున చంద్రాంగదుడు జలక్రీడ కోరి యమునానది కేగెను. దురదృష్ట వశమున నది యందలి సుడి గుండంలో చిక్కుకుపోయెను. రాజు పరివారమునకు ఎనలేని దుఃఖము కలిగెను. సీమంతిని కూడా సహగమనమునకు సిద్ధపడెను. అంతట యజ్ఞవల్క్య మహాముని భార్యయైన మైత్రేయి అచటకు వచ్చి, "

పుత్రీ ! చింతించవలదు. నేను నీకొక వ్రతమును ఉపదేశించెదను. దానివలన వైధవ్యము నుండి నీకు నివృత్తి కలుగగలదు". అని చెప్పి పదహారు సోమవారాల వ్రతము ఉపదేశించెను.

మైత్ర్యి ఉపదేశించిన ప్రకారము చెప్పినది చెప్పినట్లుగా సీమంతిని కూడా భక్తితో వ్రతమును ఆచరించెను. నాగాలోకమునకు చేరిన చంద్రాంగదుడు నాగారాజుచే సన్మానింపబడి సురక్షితంగా రాజధానికి మరలివచ్చెను. అందరూ సంతోషించి ఈ విధంగా ఎడబాసిన పతీ పత్నులు వ్రత మహిమచే మరలా ఒకటయ్యారు.

సదాశివుడు మరియొక సంఘటనను కూడా చెప్పదొడగెను. మహాతపస్వి యైన మృకండునకు సంతాన ప్రాప్తి కలుగక పోగా ఆటను తపస్సు చేసి సదాశివుని పుత్ర భాగ్యము కొరకు ప్రార్థించెను. శివుడు ప్రత్యక్షమై "మహర్షి! నీకు పదహారు సంవత్సరముల ఆయువుగల సజ్జనుడైన కుమారుడు కావలెనా? నూరు సంవత్సరములు ఆయువుగల అత్యధమ పుత్రుడు కావలయునా?" అని ప్రశ్నించెను. ఋషి " నాకు న్నదహారు సంవత్సరముల ఆయువుగల సత్పుత్రుడు చాలు" అనెను. శివుని అనుగ్రహంతో "మార్కండేయుడు" అనే సత్పుత్రుడు జన్మించెను. ఆయువు మిగియచుండగా అతను భక్తితో పదహారు సోమవారాల వ్రతమును ఆచరించి శివుని కృపకు పాతుడై చిరంజీవి అయ్యెను. ద్వాపర యుగంలో శ్రీకృష్ణుడు శమంతకమణిని అపహరించెనన్న అపవాదు వచ్చెను. దాని నివారణకొరకై అతను జాంబవంతుని పై విజయము సాధించి, మణిని సంపాదించి, జాంబవతిని పరిణయమాడెను. సంతానము లేనందున ఆమె పదహారు సోమవారాల వ్రతము ఆచరించగా సంతాన ప్రాప్తి కలిగెను. బద్ధకు సాంబ అని పేరు పెట్టిరి. శ్రీకృష్ణుడు ఈ వ్రతమును వృద్ధుడు యోగ్యుడు అయిన బ్రాహ్మణునకు పదేశించెను. దానిఫలమునదరిద్రునకుసామ్రాజ్యముచిక్కెను.

శివపార్వతులు భూలోకమున సంచరించుచు, ఒక సారి వైశ్యుడు - వైశ్యుని భార్య - రూపమునందు దేవాలయమున ప్రవేశించి పాచికలు ఆడ నారంభించిరి. అందు శివునకు అపజయము కలిగెను. "వైశ్యుడే గెలిచె" నని పూజారి అసత్యము పలికెను. పార్వతికి కోపము కలిగెను. అసత్యము పలికిన అర్చకుని తత్ క్షణమే కుష్టురోగి కమ్మని శపించెను. అర్చకుడు వికృత రూపుడయ్యెను. " శివ,శంకరా" అని అరుస్తూ అతను క్రింద పడిపోయాడు. అంతట సుందరియైన ఒక వనిత ప్రత్యక్షమై "పదహారు సోమవారముల వ్రతమును ఆచరించుము.

దీనివలన నీ రోగము నయమగును" అని పలికెను. అర్థకుడు అలాగే చేశాడు. ఆతని వికృత రూపం తొలగిపోయింది. పదహారు సోమవారముల వ్రతాచరణ ఫలంగా అతనికి కుష్టునివారణ మయ్యెను. అనంతరము శివుని కృపవలన శివ సాన్నిధ్యమును పొందెను. మార్కండేయ పురాణమునందు చెప్పబడిన శివపార్వతి సంవాద రూపము నున్న పదహారు సోమవారాల వ్రతకథ సంపూర్ణం.



ఈ విధానం మొత్తం చేయలేని వారు ఈ క్రింద తెలిపిన విధానం చేయగలరు

- 16 సోమవారాలు ఉదయం శివునికి పూజ చేసుకోవాలి. కుదిరితే అభిషేకం చేసుకోండి
- పూజ తర్వాత వ్రతకథ మాత్రం చదువుకుంటే చాలు
- 16 సోమవారాలు ఏక భుక్తులై ( ఒంటిపూట భోజనం ) ఉండాలి
- 16 వారాల పాటు ప్రతిరోజూ చాప పై పరుండాలి
- 16 వారాల పాటు సాత్వికాహారం తీసుకోవాలి
- 16 వారాల పాటు అస్కలిత బ్రహ్మ చర్యం పాటించాలి
- ఎల్లప్పుడూ శివ పంచాక్షరి మన మనసులో మననం చేసుకుంటూ ఆ శివయ్యకు మానసిక పూజ చేసుకోవాలి



## శివ పంచాక్షరి స్తోత్రము

నాగేంద్ర హారాయ త్రిలోచనాయ  
భస్మాంగ రాగాయ మహేశ్వరాయ  
నిత్యాయ శుద్ధాయ దిగంబరాయ  
తస్మై నకారాయ నమః శివాయ 1

మందాకిని సలిల చందన చర్చితాయ  
నందీశ్వర ప్రమథనాథ మహేశ్వరాయ  
మందార ముఖ్య సురపుష్ప సుపూజితాయ  
తస్మై మకారాయ నమః శివాయ 2

శివాయ గౌరీ వదనాబ్జ వృంద  
సూర్యాయ దక్షాధ్వర నాశకాయ  
శ్రీ నీలకంఠాయ వృషధ్వజాయ  
తస్మై శికారాయ నమః శివాయ 3

వసిష్ఠ కుంభోద్భవ గౌతామాది  
మునీంద్ర దేవార్చిత శేఖరాయ  
చంద్రార్క వైశ్వానర లోచనాయ  
తస్మై వకారాయ నమః శివాయ 4

యక్ష స్వరూపయ జటాధరాయ  
పినాక హస్తాయ సనాతనాయ

దివ్యాయ దేవాయ దిగంబరాయ  
తస్మై యకారాయ నమః శివాయ  
పంచాక్షర మిదం పుణ్యం యః పఠేత్ శివ సన్నిధౌ  
శివలోక మవాప్నోతి శివేన సహమోదతే ||

ఇతి శ్రీ శివ పంచాక్షరీ స్తోత్రం సంపూర్ణమ్.





ఆరతి ఇవ్వరే భీరునకు నాగహారునకు  
దోషదూరునకు  
చంద్రుని శిరస్సున ధరించిన వానికి  
సుందరేశ్వరునకు, సదాశివునకు 1

పార్వతీ పతికి, సాంబునకు  
శంకర దేవునకు మంగళ కరునకు  
అంగజ వైరికి గంగాధరునకు  
చంద్ర శేఖరునకు మోహనునకు 2

లింగ రూపియైన శ్రీరంగ సుఖునకు  
మంగళ హిమాన్వితునకు మహానీయునకు  
గంగాధరునకు పార్వతీ పతికి  
జయ జయ సాంబ సదాశివునకు 3

మురవైరి సుఖునకు వినాయక పితకు  
శంకర హరునకు పంచ ముఖునకు  
హరితీయరే విశ్వనాథునకు  
జయ జయ సాంబ సదాశివునకు 4

పదిహారు సోమవార పూజ చేసేవారి  
కోరిన ఫలములను వేగమే పొందించు  
సాంబ సదాశివుని పూజ చేయగా  
మంగళమగు గాక అందరరూ 5



**-- ఓం నమః శివాయ:--**